

УДК 373.3.091.33:316.613]:811.112

DOI: 10.31652/3041-2439-2026-6-4

Формування soft skills учнів покоління Альфа на уроках англійської мови в початковій школі

Галина Кіт¹ , Світлана Шевченко (Вихованець)²

1. Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського, м. Вінниця, Україна

2. Комунальний заклад «Вінницький ліцей № 20», м. Вінниця, Україна

Анотація. У статті порушено проблему формування гнучких навичок (soft skills) у сучасних дітей молодшого шкільного віку як представників покоління Альфа на уроках англійської мови. Проаналізовано наукові дослідження з окресленої проблеми. З'ясовано сутність і структуру soft skills як підсистеми життєвих навичок, подано їх перелік у контексті Державного стандарту початкової освіти. Визначено їхню роль для успішної самореалізації особистості відповідно до сучасних освітніх запитів і суспільних очікувань.

Наголошено на актуальності розвитку soft skills у нового покоління учнів, яких учені називають поколінням Альфа. Окреслено характерні особливості нової генерації учнів початкової школи, що впливають на їхню навчально-пізнавальну діяльність (кліпове мислення, скорочення часу концентрації уваги, проблеми з довготривалою пам'яттю, недостатній розвиток дрібної моторики, орієнтація на багатозадачність, погіршення аналітико-синтетичної діяльності, недостатня сформованість мовленнєвих умінь і навичок, прагматичність, емоційна бідність та ін.). Це потребує оновлення підходів до організації навчального процесу, підбору ефективних методів і форм розвитку в представників нового покоління soft skills.

Доведено, що для цілеспрямованого розвитку soft skills у початковій школі значний дидактичний потенціал мають уроки англійської мови, адже для них характерні такі властивості: комунікативна спрямованість предмета; відповідність когнітивним і психолого-педагогічним особливостям учнів покоління Альфа; можливості моделювання життєвих ситуацій, формування міжкультурної компетентності, толерантності, поваги до іншості, емпатії та соціальної відповідальності тощо. Запропоновано методи, прийоми й форми організації навчальної діяльності учнів на уроках англійської мови, які сприяють розвитку soft skills. Сформульовано педагогічні умови ефективного розвитку гнучких навичок учнів покоління Альфа у процесі вивчення англійської мови.

Ключові слова: гнучкі навички (soft skills), учні покоління Альфа, уроки англійської мови, початкова школа.

UDC 373.3.091.33:316.613]:811.112

DOI: 10.31652/3041-2439-2026-6-4

Formation of soft skills of generation alpha students in English lessons in primary school

Halyna Kit , Svitlana Shevchenko (Vykhovanets)

1. Vinnytsia Mykhailo Kotsiubynskyi State Pedagogical University, Vinnytsia, Ukraine
2. Municipal institution «Vinnytsia Lyceum 20», Vinnytsia, Ukraine

Abstract. The article reveals the problem of developing the emotional culture of younger schoolchildren in wartime. The importance of a positive and stable emotional sphere of younger schoolchildren in overcoming crisis situations, the need to create an emotionally developmental environment, is demonstrated. It is determined that the process of developing the emotional culture of primary schoolchildren is complex and long. The factors (combat operations, forced resettlement, uncertainty and a constant sense of danger, etc.) that significantly affect the psycho-emotional state of children in wartime are substantiated, causing increased anxiety, aggressiveness, emotional instability and difficulties in self-regulation. Attention is focused on the fact that the development of emotional culture, the ability to recognize, realize and manage one's own emotions is a key condition for the harmonious development of the personality of a younger schoolchild and an important prerequisite for his psychological well-being.

Special attention is paid to game activity as an effective pedagogical tool that has significant educational, developmental, therapeutic and cultural potential. The scientific approaches of modern Ukrainian and foreign researchers to the problem of forming emotional culture are analyzed, the specifics of its development in crisis conditions are determined. It is shown that the game contributes to socialization, the formation of moral qualities, the development of emotional intelligence, self-control, empathy and the ability to constructive communication.

The pedagogical principles of organizing game activity are highlighted. Examples of the use of games and exercises aimed at overcoming stress, reducing anxiety, aggressiveness, developing self-regulation and restoring the internal resource of younger schoolchildren are given. The expediency of using games as a means of first psychological aid, which ensures the maintenance of a positive emotional background and creates an atmosphere of security, is substantiated.

It was concluded that game activities in primary school in wartime are not only a pedagogical method, but also a means of psycho-emotional stabilization, which contributes to the preservation of students' mental health, the development of stress resistance, and the formation of a value-based attitude towards oneself and others.

Keywords: wartime, emotional culture, game activity, younger schoolchildren, negative emotional states, educational

Постановка проблеми. Сучасний етап розвитку освіти характеризується зміщенням акцентів із засвоєння суто предметних знань на формування в учнів комплексу універсальних умінь і якостей, необхідних для успішної самореалізації в динамічному та непередбачуваному світі. У цьому контексті особливої значущості набуває формування гнучких навичок (*soft skills*), які охоплюють уміння ефективно спілкуватися, співпрацювати, критично мислити, творчо розв'язувати проблеми, керувати власними емоціями та адаптуватися до змін. Саме ці навички визначають здатність особистості застосовувати набуті знання в реальних життєвих ситуаціях, що відповідає сучасним освітнім запитам і суспільним очікуванням.

Актуальність розвитку *soft skills* особливо зростає у зв'язку з появою нового покоління учнів, яких у науковому та публіцистичному дискурсі означають як покоління Альфа. Це діти, які з раннього віку зростають у цифровому середовищі, звикли до швидкого отримання інформації, інтерактивності, візуалізації та постійної зміни діяльності. Для них характерними є висока чутливість до мотивації, прагнення до співпраці, потреба в емоційній підтримці, водночас – труднощі з тривалим зосередженням уваги, живою комунікацією та саморегуляцією.

За таких умов формування гнучких навичок у молодших школярів покоління Альфа стає не лише бажаним, а й необхідним освітнім завданням. Саме *soft skills* допомагають учням навчитися взаємодіяти з однолітками, висловлювати власну думку, слухати інших, працювати в команді, долати навчальні труднощі та конструктивно реагувати на виклики. Особливо сприятливі можливості для розвитку цих навичок створюють уроки англійської мови в початковій школі,

оскільки вони за своєю природою орієнтовані на комунікацію, взаємодію, ігрову та діяльну форми навчання.

Отже, потреби сучасного суспільства, психолого-педагогічні особливості учнів покоління Альфа та потенціал уроків англійської мови зумовлюють актуальність проблеми формування *soft skills* у молодших школярів, що потребує ґрунтовного наукового осмислення та методичного забезпечення.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Усвідомлення значущості формування гнучких навичок у молодших школярів зумовлює необхідність звернення до наукового доробку вітчизняних і зарубіжних учених, у працях яких висвітлено різні аспекти розвитку *soft skills*, особливості навчання учнів молодшого шкільного віку, а також дидактичний потенціал уроків іноземної мови. Аналіз наукових досліджень дає змогу окреслити теоретико-методологічні підходи до розв'язання означеної проблеми, визначити ступінь її розробленості та виявити напрями, що потребують подальшого наукового осмислення.

Проблема формування гнучких навичок (*soft skills*) особистості є предметом активних наукових пошуків у вітчизняній і зарубіжній педагогіці та психології. У наукових працях обґрунтовано сутність поняття *soft skills*, визначено їх структуру, класифікацію та значення для успішної соціалізації й професійної самореалізації особистості в умовах сучасного суспільства.

Зарубіжні дослідники (К. Роблз, Б. Шульц, А. Хекман, М. Клакстон та ін.) розглядають *soft skills* як комплекс універсальних умінь, що забезпечують ефективну комунікацію, співпрацю, адаптивність, критичне мислення та емоційну зрілість особистості. Учені підкреслюють, що саме ці навички визначають успішність людини в умовах швидких соціальних і технологічних змін. У вітчизняних дослідженнях (Н. Бібік, О. Савченко, І. Зязюн, О. Пометун, С. Сисоева та ін.) проблема

розвитку гнучких навичок осмислюється крізь призму компетентнісного та творчого підходів, ідей Нової української школи, особистісно орієнтованого та діяльнісного навчання. Науковці наголошують на необхідності цілеспрямованого формування комунікативних, соціальних і когнітивних умінь учнів, доцільності інтеграції soft skills у зміст навчальних предметів уже на початковому етапі навчання, коли закладаються основи особистісного розвитку дитини.

Водночас у психолого-педагогічних дослідженнях дедалі частіше актуалізується проблема навчання й виховання сучасних дітей, яких науковці номінують як покоління Альфа (М. МакКріндл, Е. Земіллер, Дж. Грейс, Д. Тапскотт, В. Штраус, Н. Хоув та ін.). Дослідники (А. Василюк, Л. Кондратенко, С. Максименко, О. Онопрієнко, О. Петрук та ін.) аналізують вікові, когнітивні та соціально-комунікативні особливості дітей цього покоління, акцентують на впливі цифрового середовища на їх пізнавальну діяльність, мислення та соціальну взаємодію, підкреслюючи їхню потребу в інтерактивних формах навчання, емоційній підтримці та розвитку навичок живого спілкування й співпраці.

Окремі наукові розвідки присвячено дидактичному потенціалу навчання іноземних мов у формуванні ключових і гнучких навичок учнів (Л. Калініна, О. Пасічник, Н. Складенко, Дж. Скрівенер, Дж. Хармер та ін.). Учені відзначають, що уроки англійської мови створюють природні умови для розвитку комунікабельності, креативності, вміння працювати в парі та групі, висловлювати власну думку й толерантно сприймати позицію інших.

Водночас аналіз наукових джерел засвідчує, що проблема формування soft skills саме в учнів покоління Альфа на уроках англійської мови в початковій школі потребує подальшого цілісного теоретичного осмислення, методичного уточнення та належного системного висвітлення, що й зумовлює актуальність даної статті.

Мета статті – теоретично обґрунтувати потенціал уроків англійської мови в початковій школі щодо формування та розвитку гнучких навичок (soft skills) в учнів покоління Альфа, а також схарактеризувати методи, прийоми й форми організації навчальної діяльності, ефективні для реалізації цього процесу.

Виклад основного матеріалу. Аналіз педагогічної літератури дає змогу визначити життєві (англ. *life skills*), жорсткі/тверді (англ. *hard skills*) і м'які/гнучкі навички (англ. *soft skills*). Життєві навички є критично важливими для успішної життєдіяльності. Їх розглядають як інтегрований комплекс умінь і здатностей особистості, що забезпечують ефективну життєдіяльність, адаптацію до соціального середовища та позитивну поведінку відповідно до повсякденних суспільних викликів і вимог (згідно з підходами ВООЗ/ЮНІСЕФ/ЮНЕСКО щодо базових життєвих навичок, наприклад, комунікація, критичне мислення, вирішення проблем, самоусвідомлення).

Тверді навички представляють собою предметно-специфічні здатності, що формуються у процесі навчальної діяльності та легко вимірюються й оцінюються (наприклад, базові освітні навички з читання, письма, лічби тощо). М'які навички – це універсальні компетентності, що відображають соціально-комунікативну, емоційно-вольову та рефлексивну сфери особистості, сприяють ефективній взаємодії, співпраці, самоконтролю й творчому мисленню незалежно від предметної галузі.

У молодшому шкільному віці зазначені групи навичок перебувають у тісному взаємозв'язку: тверді навички слугують підґрунтям для формування життєвих навичок, а м'які навички забезпечують їх ефективну реалізацію в навчальному й соціальному середовищі.

Вітчизняна освітня практика, орієнтована на європейські цінності, ставить за мету формування у здобувачів освіти не лише жорстких (hard skills), а й передусім м'яких (soft skills) та життєвих (life skills) навичок, оскільки, за прогнозами науковців, саме вони в майбутньому будуть користуватися найбільшим попитом.

За дослідженням О. Жовнич, «м'які навички (також відомі як «міжособистісні навички») – це особистісні риси та навички, які дозволяють людині ефективно взаємодіяти з іншими людьми. Вони охоплюють такі навички: комунікацію, емоційний інтелект, співпереживання, слухання, емпатію, толерантність, повагу до інших, співпрацю та ін. М'які навички також є важливими для успіху в будь-якій роботі, особливо в тих сферах, що вимагають спілкування з іншими людьми» [3, с. 58]. Відображаючи педагогічний зміст поняття «м'які навички» дослідниця визначає їх «як підсистему життєвих навичок, що охоплює такі здатності особистості: розпізнавати власні емоції та вибудовувати логічні зв'язки між своїми почуттями, думками й поведінкою; здійснювати рефлексію власної поведінки та взаємодію з іншими людьми; знаходити консенсус і розв'язувати конфлікти...; ставити себе на місце іншої людини і проявляти (демонструвати) емпатію» та ін. [3, с. 58].

Нормативні документи, що регулюють освітній процес у початковій школі

(Державний стандарт початкової освіти, Типові освітні програми) націлюють на формування у здобувачів освіти не лише предметних компетентностей з окремих освітніх галузей (умовно «hard skills»), а й наскрізних умінь (сутнісно «soft skills»), які є спільними для всіх компетентностей.

У Державному стандарті початкової освіти (2018) м'які навички (soft skills) не подаються як окремий перелік, але чітко окреслюються через ключові та наскрізні уміння, а також очікувані результати навчання. Узагальнено як soft skills-компоненти їх можна подати так:

комунікативні навички (уміння слухати й чути співрозмовника; уміння висловлювати власну думку усно й письмово, брати участь у діалозі, обговоренні, груповій роботі; здатність аргументувати позицію та ставити запитання);

соціальні навички (співпраця в парі та групі; дотримання правил взаємодії; повага до інших, прийняття різноманітності; відповідальність за спільний результат);

емоційний інтелект (усвідомлення та вираження власних емоцій; уміння керувати емоційними станами; емпатія, співпереживання; конструктивне розв'язання конфліктів);

критичне мислення (уміння аналізувати інформацію; порівнювати, узагальнювати, робити висновки; ставити проблемні запитання; оцінювати власні дії та результати);

креативність (генерування нових ідей; нестандартне розв'язання навчальних завдань; творче самовираження в різних видах діяльності; фантазування та уява);

самоорганізація та відповідальність (планування власної діяльності; доведення справи до кінця; дотримання домовленостей і правил; усвідомлення наслідків власних вчинків);

навички навчання впродовж життя (здатність навчатися самостійно, ставити навчальну мету та досягати її; рефлексія

(оцінювання власного поступу); готовність приймати допомогу та здійснювати зворотний зв'язок);

громадянські та етичні навички (повага до прав і свобод інших; відповідальне ставлення до спільноти; доброчесність; почуття належності до колективу й держави);

інформаційно-цифрові навички (безпечна та відповідальна поведінка в цифровому середовищі; уміння користуватися інформацією; елементарна медіаграмотність) [2].

Отже, Державний стандарт орієнтує початкову школу на формування особистості, здатної спілкуватися, співпрацювати, критично мислити, самостійно навчатися та відповідально взаємодіяти з іншими.

Керуючись вітчизняними нормативними освітніми документами, дослідженнями учених, даними освітньої практики, можемо зробити висновок, що формування м'яких навичок у здобувачів освіти є незмінно важливим на всіх освітніх рівнях, уже починаючи з початкової школи.

У процесі формування м'яких навичок учнів початкових класів слід урахувати специфіку цієї категорії дітей як представників покоління Альфа. О. Пасічник наголошує, що «неможливо будувати «нову освітню реальність», ігноруючи психологічний портрет сучасного учня, на формування якого комплексний вплив здійснюють соціокультурне середовище, рівень технологізації повсякденних процесів, а також запити сучасного суспільства» [6, с. 115].

С. Максименко та Л. Кондратенко, проводячи дослідження навчальних та поведінкових проблем молодших школярів,

звертають увагу на те, що у сучасного першокласника уже сформована звичка користуватися девайсами, маніпулювати віртуальними предметами, що робить другорядними традиційні дитячі ігри й звичайні іграшки. Діти значно менше допомагають дорослим у домашніх справах, оскільки ті самі перекладають таку роботу на механічних помічників. Однак таке полегшення життя, уникнення простого маніпулювання предметами погіршує вправність рук і, як наслідок, у дітей нерозвинена дрібна моторика, недостатній розвиток просторової координації, відсутні навички малювання, вишивання, плетіння, в'язання тощо. Дослідники доходять висновку, що «недостатній розвиток дрібної моторики, просторової координації має безпосередній вплив на навчання молодших школярів рукописного письма, що відіграє виняткову роль у когнітивному й мовленнєвому розвитку дітей, позначається на їхній успішності у засвоєнні навчальних дисциплін загальної початкової освіти» [5, с. 12].

Важливо усвідомлювати, що учні цифрового покоління свідомо і несвідомо піддаються безперервному і безладному потоку неупорядкованої інформації, яка щоденно впливає на них. Відтак, як наголошують зарубіжні дослідники (М. МакКріндл та ін.), «знання у них формуються переважно засобами масової комунікації, а не системою освіти» [8, с. 104].

О. Петрук, досліджуючи особливості сучасних молодших школярів з метою налагодження ефективної навчальної взаємодії, акцентує увагу на проблемах їхньої навчально-пізнавальної діяльності, окреслює негативні наслідки та застерігає від них. Так, орієнтація на багатозадачність, на її думку, призводить до зниження продуктивності, погіршення запам'ятовування, порушення концентрації уваги, зниження темпу роботи, стресу, втоми,

виснаження та схильності до помилок: «при бажанні одночасно охопити кілька завдань, діти стають нетерплячими, прагнуть миттєвого результату», вони «не звикли чекати й докладати зусиль, навчально-пізнавальна діяльність, яка потребує мобілізації інтелектуальних, емоційно-вольових та фізичних зусиль, певної тривалості, видається нудною або складною» [7, с. 134]. До негативних наслідків кліпового мислення в учнів дослідниці відносить «гіперактивність, некритичність сприйняття інформації, погіршення аналітико-синтетичної діяльності, неухважність, невміння чітко висловлювати свою думку, робити висновки, абстрактні узагальнення, ... проблеми з довготривалою пам'яттю, нездатністю до емпатії, емоційністю» [7, с. 135], вважає, що «превалювання електронної комунікації серед молодого покоління накладає відбиток на розвиток їхнього мовлення» [7, с. 136].

Сучасні молодші школярі демонструють виняткову прагматичність, для них важлива мотивація, практична цінність знань, інакше вони втрачають інтерес до навчання. Водночас представникам цього покоління через їхню обмежену безпосередню соціальну взаємодію з іншими людьми властива емоційна бідність.

Все це суттєво актуалізує проблему формування у представників нового покоління *soft skills*. Особлива увага має бути приділена підбору методів і форм навчання. «Звичка Альфів отримувати миттєве задоволення від цифрового контенту призводить до оцінки ними традиційних методів навчання як надто повільних та нецікавих. Відтак, педагоги повинні знайти способи захопити й утримати їхній інтерес до навколишнього

світу, який, поряд з усім, сповнений різноманітних спокус та чинників, які відволікають», – вважають А. Василюк і Г.Кіт [1, с. 12]. Засвоєння знань учнями молодшого шкільного віку має супроводжуватись формуванням життєвих, зокрема м'яких навичок, усвідомленням цінності, дієвості отриманої інформації, тобто відповідати сучасній концепції освіти, яка «передбачає інтеграцію знань і навичок у цілісний підхід до інтелектуального й особистісного розвитку учнів» [3, с. 124].

Формування м'яких навичок учнів початкової школи має здійснюватися в межах усього освітнього процесу, незалежно від навчального предмета, оскільки саме вони забезпечують успішну соціалізацію дитини, її здатність до співпраці, саморегуляції та навчання впродовж життя. Водночас окремі навчальні дисципліни володіють особливим дидактичним потенціалом для цілеспрямованого розвитку *soft skills*, серед яких уроки англійської мови посідають виняткове місце.

Насамперед це зумовлено комунікативною природою навчання іноземної мови. Англійська мова виступає не лише об'єктом вивчення, а й засобом взаємодії, що спонукає учнів до постійного усного спілкування, співпраці в парах і групах, висловлення власних думок, аргументації, слухання співрозмовника та врахування різних позицій. Такі види діяльності безпосередньо сприяють розвитку комунікативних умінь, емоційного інтелекту, критичного мислення та навичок командної роботи, що є ключовими для представників покоління Альфа.

Вагомий потенціал уроків англійської мови полягає й у їхній практичній спрямованості та наближеності до реальних життєвих ситуацій. Навчальні теми, що стосуються повсякденного життя дитини (родина, школа, дозвілля, емоції,

взаємини, правила поведінки), створюють сприятливе підґрунтя для формування соціальних і громадянських навичок, уміння приймати рішення, відповідально ставитися до власних вчинків та поважати інших. Вивчення мови в контексті таких ситуацій дозволяє інтегрувати життєві та м'які навички органічно й ненав'язливо.

Особливе значення має також відповідність уроків англійської мови когнітивним і психолого-педагогічним особливостям учнів покоління Альфа. Ці діти характеризуються високою чутливістю до візуальних і цифрових стимулів, потребою в динамічній діяльності, швидкій зміні видів роботи та залученні до ігрових, інтерактивних форм навчання. Саме уроки іноземної мови традиційно передбачають використання ігор, пісень, римівок, рольових ігор, проектної та дослідницької діяльності, що активізує пізнавальну мотивацію учнів і водночас сприяє розвитку креативності, ініціативності, гнучкості мислення та вміння навчатися.

Крім того, англійська мова як мова міжнародного спілкування відкриває широкі можливості для формування міжкультурної компетентності, толерантності та відкритості до різноманіття. Знайомство з традиціями інших країн, особливостями спілкування та поведінки людей різних культур сприяє вихованню поваги до іншості, емпатії та соціальної відповідальності – важливих складників м'яких навичок сучасної особистості.

Таким чином, уроки англійської мови в початковій школі мають значний інтегративний потенціал у формуванні soft skills учнів покоління Альфа, поєднуючи мовленнєвий розвиток із розвитком особистісних, соціальних та життєвих компетентностей. Зазначене зумовлює

доцільність детального аналізу конкретних методів і прийомів роботи на уроках англійської мови, що забезпечують цілеспрямований і системний розвиток м'яких навичок молодших школярів.

У початкових класах використовуємо англійську мову для формування взаємодії з іншими людьми (усну та писемну: діалоги, електронні листи, записки-нагадування, вітальні листівки тощо), а також працюємо над формуванням усного та писемного продуктування з орієнтацією на soft skills.

Із метою формування м'яких навичок **управління власним часом (time management), гнучкості (flexibility), здатності адаптуватись до нових умов (adaptability), лідерських якостей (leadership)** використовуємо прийом «Speeches».

Учитель об'єднує дітей у три групи. У кожній групі обираємо лідера та здобувача, який стежить за часом (a leader, a time-keeper). Завдання – виголосити спіч протягом 20 секунд (група 1), 40 секунд (група 2), 1 хвилини (група 3). Орієнтовні теми для промов (на вибір): «My Friend», «About Myself», «My Meals», «My Family», «My Hobbies» , «Travelling», «My Day», «My House», «My Room» тощо.

Важливим етапом є спільна підготовка у групі. Лідер розподіляє час між здобувачами, далі йде етап спільного тренування (підготовки), протягом якого здобувачі готуються до виголошення повідомлень за певний час, працюючи із секундоміром.

Здобувач, який стежить за часом, повинен попрацювати окремо з кожною дитиною, поки інші тренуються колективно з лідером групи. Далі йде етап слухання повідомлень протягом 20 секунд, 40 секунд, 1 хвилини, підбиття підсумків, формувальне оцінювання.

Для формування **емоційного інтелекту, зокрема, самоусвідомлення, саморегуляції**

(emotional intelligence, self-awareness, self-regulation) використовуємо вправи-медитації та дихальні вправи:

A Meditation Exercise «A Sun Shower»

Цілі вправи: зняти стрес та напруження, переключити увагу, запобігти перевтомі учнів, навчати розуміти власні емоції.

Close your eyes. Imagine that a warm sunray is jumping on your head, on your face, on your body. You are feeling warm and quiet. The sunray is going along your arms, legs. You are smiling...

Now the sunray is turning on ... the warm shower! You are raising your head up . And the sunray is jumping on your head again.

The sun is sending its warm sunrays to the ground. Open your eyes. You are smiling...

Вправа-медитація «Сонячний душ»

Закрийте очі. Уявіть, що теплий промінчик із неба стрибнув до вас на голову, обличчя, тіло, засліпив вас. Очі міцно заплющені. Ви відчуваєте тепло та спокій... Ви усміхаєтесь...

І тут – промінчик вмикає... теплий душ. Проміння тече-тече, а ви піднімаєте голову. Сонце посилає потік промінчиків на землю. Ви відкриваєте очі і посміхаєтесь...

A Breathing Exercise «A Cat»

Цілі: зняття стресу та напруження, забезпечення короточасного відпочинку нервовій системі молодших школярів, розвиток дихальної системи, розуміння власних емоцій.

Breathe with your nose, your lips are pressed slightly. Your shoulders are relaxed. Take a very deep slow inhale and make a long exhale. Count till six. Imagine a big cat. It is sleeping. It is very soft and fluffy. It is breathing so deeply, so slowly, so calmly... Train your breathing for 2-3 minutes.

Дихальна вправа «Котик»

Дихайте носом, губи зімкнуті (злегка).

Плечі розслаблені. Робимо глибокий вдих і тривалий повільний видих. Рахуємо до шести. Уявіть котика, який спить. Він - дуже пухнастий. Він дихає так спокійно, так розслаблено, глибоко... Тренуйте дихання упродовж 2-3 хвилин.

Працюючи над розвитком м'яких навичок (soft skills), формуємо **лідерську позицію (leadership), комунікативні вміння (communication), вміння працювати в команді (teamwork)**. Здобувач освіти повинен уміти зробити вибір запитання, завдання, творчої вправи із тих, які пропонує педагог, обговорити проблему з командою, взяти відповідальність на себе тощо. Із цією метою на початковому етапі вивчення англійської мови застосовуємо такі ігри: «My Pencilbox» (обирають річ із пеналу на дотик, не заглядаючи в пенал, називають її), «Warming up Basket» (для лексичної розминки – питання з кошика на вибір), «Magic Box» (різні творчі завдання з коробки).

За Джимом Скрівенером, м'які навички формуються у процесі виконання таких завдань: «Listen and choose the correct picture; follow the route on the map; walk/sit/move according to the instructions; choose the best answer for each question from the four options; say a reply to each comment you hear; decide which person is saying which sentence; match the pictures of people with this list of opinions; note down the leader's suggestions about where the camp should be; collect all comments made about shops etc» [10, с. 144]. Тобто, учні зі слів мають обрати відповідне зображення; прокласти маршрут на карті; виконувати команди відповідно до інструкцій; обрати правильну відповідь з-поміж запропонованих; визначити людей, які сказали відповідні речення чи висловили враження про фільм; зібрати усі коментарі, висловлені про магазини тощо.

Широко використовуємо ігри, спрямовані на розвиток уваги в дітей. На увагу дітей впливає

інформаційна перенасиченість, короткі відео в інтернеті тощо. Відтак розвивається так зване кліпове (уривчасте, миттєве) мислення. Зокрема, здобувачам освіти покоління Альфа важко фокусувати увагу на довготривалому процесі, тому, працюючи над написанням довгого тексту, готуємо здобувачів освіти до писемного продукування поступово, обов'язково з опорними схемами, починаючи з 2-3-х речень.

Наприклад, гра «Describe Together» підготує учнів та учениць до написання коротких творів англійською мовою, одночасно формуючи вміння роботи в команді. Педагог бере великий аркуш паперу, згинає його три чи чотири рази. На дошці – постер із опорною схемою: «It is a... It is ... (big, little , not big, tall). It is ... (color). It lives ... It feeds on... It can...». Далі вчитель пропонує завдання для трьох команд: описати птаха фламінго по черзі. Перша команда описує зовнішній вигляд птаха. Далі згинають аркуш, щоб наступна команда не бачила текст опису. Друга команда описує, де живе птах, чим живиться. Знову згинають аркуш. Гравці третьої групи пишуть, що вміє робити фламінго, виконують ілюстрацію. У кінці демонструють колективну творчу роботу, зачитують весь опис. Звісно, у процесі гри деякі гравці будуть брати на себе більше відповідальності, ніж інші. Це залежить від рівня сформованості навичок. Проте, якщо деякі здобувачі виявлять меншу активність у процесі опису птаха, вони зроблять відчутний крок у формуванні власних м'яких навичок. Подібні ігри поступово підготують також до писемного продукування.

Здобувачам освіти покоління Альфа необхідне переключення уваги. Його також

забезпечуємо на уроці англійської мови за допомогою гейміфікації. Наприклад, колоду гри «Clap, clap, slap!» можна використовувати на початку уроку для розминки, у середині заняття замість фізкультхвилинки. У колі діти називають слова з різних тем. Повторювати ті самі слова не можна. Перед тим, як кожен гравець називає слово, всі повинні двічі плеснути, один раз ляснути себе по колінах. Темі для гри можуть бути: «Animals», «Numbers», «Food», «Actions», «Colors», «Irregular Verbs», «Adjectives», «Parts of Body», «Hobbies», «Drinks», «Jobs» тощо. Завдяки швидкому переключенню уваги здобувачі освіти отримують задоволення від процесу засвоєння знань (повторення лексичного матеріалу з різних тем) та навчаються працювати в команді, комунікувати, слухати інших, співпрацювати (допомагати однокласникам за потреби пригадувати слова).

У процесі формування в здобувачів початкової освіти «м'яких навичок», на думку науковців (О. Лук'янченко, Т. Васютіна, О. Кондратюк), «провідним методом з величезним потенціалом є гра, ефективність якої простежується за умови організації ігрової діяльності на засадах радості, гармонії та інтерактивної взаємодії між учасниками освітнього процесу». На їх думку, якщо використовувати гру як допоміжний засіб осмислення дитиною досвіду, усвідомлення розуміння фактів, якостей певних об'єктів, формування умінь співвідносити факти, які відомі їй з реального життя, то вона дозволяє дітям позбутися «ілюзії навчання» [4, с. 26]. Таким чином, включаючись у гру, учень стає активним учасником освітнього процесу.

Для формування *вміння працювати в команді (teamwork), розвитку креативності (creativity) та співпраці (collaboration)* використовуємо прийом створення оповідок (storytelling). Оповідки переважно складаємо

колективно. Пропонуємо учням 3-4-х класів опорну схему (First... Next... Then... Finally... In the end...) та ряд малюнків, які орієнтовно окреслюють сюжет. Інший варіант – кубики Popi, які містять малюнки на гранях. Гравці крутять кубики в руках, обирають малюнки, відповідні до сюжету оповідки, та викладають послідовно на парту. Далі коротко записують або роблять оповідку усно. Прийом створення оповідок застосовуємо і на позакласних заходах, протягом Тижня англійської мови, в англійських класах у пришкільному таборі тощо. Спільно обираємо англійську казку, розподіляємо ролі, добираємо реквізит, проводимо репетиції, а для перегляду запрошуємо менших дітей (1-2 класи).

Для формування у здобувачів освіти **комунікативних умінь (communication), здатності до співпраці (collaboration), вміння вирішувати проблеми (problem solving)** використовуємо рольові ігри. Покоління Альфа – це сучасні діти, які подорожують за кордон, бувають в аеропортах, а також часто спостерігають, як дорослі здійснюють покупки, орендують авто, відпочивають на лижних курортах, оплачують кімнату в готелі, купують квитки на вокзалах інших країн, телефонують за кордон та проживають багато інших практичних ситуацій. Це можна легко перетворити в рольову гру на уроці англійської мови як прийом роботи зі здобувачами покоління Альфа. Алгоритм такий: розбираємо практичну життєву ситуацію, вивчаємо фрази англійською, як виселитися з готелю, як купити продукти тощо. Наприклад:

- Hello. Can I help you ? The menu, please.
- I'd like ... How much is it?
- Would you like anything to drink ?
- Would you like anything for the

dessert?.....

- Anything else?
- No, thanks.
- Cash or card?.....
- Come again. Enjoy your meal! Bye.

Зазвичай подібні фрази презентуємо на постері, на екрані, на дошці чи фліпчарті як опорну схему для рольової гри. Далі обираємо персонажів, використовуємо атрибутику, відповідно до ситуації (табличка з назвою готелю, фартушок офіціантки, продукти із супермаркету або пусті пакування, «квитки» на потяг, сувенірні гроші тощо). Рольову гру доводимо до автоматизму. Стежимо, щоб кожна дитина побувала в різних ролях: і споживача, й офіціанта чи продавця, і гостя в готелі, й адміністратора тощо.

Формуючи **вміння вирішувати проблеми (problem-solving)**, використовуємо прийоми для забезпечення чіткості та структурованості мислення. Стосовно викладання англійської мови в початковій школі в нагоді стануть схеми та ментальні карти, які доцільно буде складати разом зі здобувачами. Наприклад, під час вивчення теми «Travelling» у 4 класі разом з учнями та ученицями складаємо ментальну карту видів транспорту, навчаємо правильного використання прийменників by (by plane, by bus) та on (on foot, on horseback). Ментальні карти-схеми (mind-maps) допомагають і здобувачам, і педагогові працювати структуровано, чітко, наочно, окреслити шляхи подолання труднощів тощо.

Важливим для формування **емоційного інтелекту**, зокрема, **самоусвідомлення, мотивації (emotional intelligence, self-awareness, motivation), навички навчатися протягом життя (long life learning)** у процесі вивчення англійської мови вважаємо портфоліо як метод самооцінювання. Заводимо папки та збираємо туди всі творчі роботи здобувачів освіти. Папки зберігаються вдома, за потреби

учні та учениці приносять їх у ліцей на підсумковий урок у кінці семестру, чи на виставку, на показовий урок, позакласний захід тощо. У папку також збираємо аркуші «What Can I Do Now?» , на яких здобувачі освіти шляхом самооцінювання окреслюють та фіксують власні навички, здобуті в кінці кожної теми. Так ми формуємо мотивацію вивчення англійської мови в початковій школі, коли здобувач бачить шлях, який пройшов у процесі вивчення певної теми, бере участь у фіксації власної траєкторії навчання, готується до навчання протягом життя.

Поділяємо позицію С. Петрук, яка вважає, що «на вимогу часу поряд з усталеними моделями навчальної взаємодії вчителя та молодших школярів виникають сучасні способи організації та підтримки навчального процесу, скеровування саморозвитку кожної дитини, виходячи з її індивідуальних особливостей, потреб, інтересів та перспектив» [7, с. 137]. Відтак організуємо процес пізнання на засадах партнерства, позиціонуючи себе організаторами, наставниками, мотиваторами, а не передавачами готових знань, та перетворюючи учнів у активних учасників освітнього дійства, суб'єктів пізнавальної діяльності.

Обґрунтування потенціалу уроків англійської мови, а також апробація ефективних методів, прийомів, форм організації навчальної діяльності здобувачів освіти дали нам змогу сформулювати педагогічні умови розвитку гнучких навичок (soft skills) в учнів покоління Альфа на уроках англійської мови в початковій школі:

-оновлення змісту навчання англійської мови передбачає цілеспрямоване та наскрізне формування

гнучких навичок (комунікації, співпраці, критичного мислення, емоційного інтелекту) через тематику уроків, мовленнєві ситуації, ігрові та комунікативні завдання, адаптовані до вікових і психофізіологічних особливостей учнів покоління Альфа;

-проектування уроків англійської мови на засадах діяльнісного та особистісно орієнтованого підходів забезпечує активну участь учнів у парній і груповій роботі, рольових іграх, мініпроектах, проблемних та творчих завданнях, спрямованих на розвиток уміння працювати в команді, презентувати власну думку та слухати інших;

-удосконалення організації освітнього процесу на уроках англійської мови шляхом забезпечення гнучкості, варіативності та інтерактивності навчання, створення умов для вибору способів виконання завдань, темпу діяльності та форм взаємодії відповідає пізнавальним потребам і цифровій природі покоління Альфа;

-активне використання інноваційних педагогічних технологій та цифрових інструментів (інтерактивних платформ, навчальних відео, онлайн-ігор, елементів змішаного навчання) сприяє розвитку комунікативних умінь англійською мовою, креативності, саморегуляції та навичок співпраці в навчальному середовищі;

-створення сприятливого іншомовного освітнього середовища функціонує як простір взаємодії, співтворчості та безпечної комунікації, заохочує учнів до ініціативності, взаємопідтримки, розвитку емоційного інтелекту й формування позитивної мотивації до вивчення англійської мови.

Висновки. У ході дослідження теоретично обґрунтовано значущість формування й розвитку гнучких навичок (soft skills) в учнів початкової школи як важливої складової становлення особистості молодшого школяра та

передумови його успішної соціалізації й майбутньої конкурентоспроможності. З'ясовано сутність і структуру soft skills, визначено їхню роль у контексті сучасних освітніх трансформацій та вимог Нової української школи.

Охарактеризовано психолого-педагогічні особливості учнів покоління Альфа, зумовлені специфікою їхнього соціокультурного середовища, цифровізацією дитинства та змінами у способах пізнання світу, що потребує оновлення підходів до організації навчального процесу. Доведено, що уроки англійської мови в початковій школі мають значний дидактичний потенціал для цілеспрямованого розвитку soft skills завдяки комунікативній спрямованості предмета, інтерактивним формам роботи та можливостям моделювання життєвих ситуацій.

Запропоновано методи, прийоми й форми організації навчальної діяльності учнів на уроках англійської мови, які

сприяють розвитку комунікативних умінь, критичного мислення, креативності, уміння працювати в команді, емоційного інтелекту та саморегуляції. Сформульовано педагогічні умови ефективного розвитку гнучких навичок в учнів покоління Альфа, що передбачають створення партнерської взаємодії, безпечного освітнього середовища, активну позицію учня та інтеграцію діяльнісного й особистісно орієнтованого підходів у навчанні.

Перспективним напрямом подальших наукових розвідок є експериментальна перевірка ефективності запропонованих методів, прийомів і педагогічних умов формування soft skills в учнів покоління Альфа на уроках англійської мови в початковій школі. Доцільним видається також розроблення критеріїв та діагностичного інструментарію рівнів сформованості гнучких навичок у молодших школярів, а також вивчення можливостей інтеграції розвитку soft skills в освітній процес з урахуванням міжпредметних зв'язків і цифрових освітніх технологій.

Список використаних джерел

1. Василюк А., Кіт Г. Учні покоління Альфа: специфіка навчання в умовах школи і ступеня. *Інновації в дошкільній і початковій освіті*. 2025. № 1(3). С. 9-20. DOI: 10.31652/3041-2439-2025-3-1 URL: <https://vspu.net/idpo/index.php/journal/article/view/87> (дата звернення: 11.01.2026).
2. Державний стандарт початкової освіти: Постанова КМУ від 21.02.2018 р. № 87. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/87-2018-%D0%BF> (дата звернення: 14.01.2026).
3. Жовнич О. В. Система підготовки майбутніх учителів до впровадження європейського досвіду формування життєвих навичок в учнів початкової школи: Дисертація на здобуття наукового ступеня доктора педагогічних наук за спеціальністю 13.00.04 – теорія і методика професійної освіти. Центральноукраїнський державний університет імені Володимира Винниченка. Кропивницький, 2024. 370 с. URL: <https://surl.li/qaqxhw> (дата звернення: 14.01.2026).
4. Лук'янченко О. М., Васютіна Т. М., Кондратюк О. М. Психолого-педагогічні аспекти формування «soft skills» у молодших школярів в процесі гри. *Pedagogy and psychology in the* Інновації в дошкільній і початковій освіті, № 2(6), 2026

modern world: interaction vectors : materialy International scientific and practical conference (28-29 May 2021). Wloclawek: «Baltija Publishing», 2021. P. 23-27. URL: <http://baltijapublishing.lv/omp/index.php/bp/catalog/view/134/3859/8097-1> (дата звернення: 14.01.2026).

5. Максименко С.Д., Кондратенко Л.О. Навчальні та поведінкові проблеми учнів початкової школи: короткий психологічний довідник-порадник педагога. Харків: Ранок. 2020. 48 с.
6. Пасічник О. Переосмислення вікових психологічних особливостей учнів 7-9 класів та їх вплив на оволодіння іноземною мовою. *Український педагогічний журнал*. 2023. № 4. С. 115-130. URL: <https://uej.undip.org.ua/index.php/journal/article/view/711/796>. (дата звернення: 14.01.2026)
7. Петрук О. Особливості сучасних молодших школярів: орієнтири для навчальної взаємодії. *Український педагогічний журнал*. 2024. № 1. С. 132-140. URL: <https://doi.org/10.32405/2411-1317-2024-1-132-140> (дата звернення: 14.01.2026)
8. McCrindle M., Fell A., Buckerfield S. Generation Alpha: Understanding Our Children and Helping Them Thrive. *Headline*, 2021. 368 p.
9. Soft skills: Oxford Learner's Dictionary. URL: <https://www.oxfordlearnersdictionaries.com/definition/english/softskills?q=soft+%20skills> (дата звернення: 14.01.2026)
10. Scrivener Jim. *Learning Teaching: Macmillan Books for Teachers. A Guidebook for English language Teachers*. Macmillan Publishers, 2005. 191 с.

References

1. Vasyliuk, A., & Kit, H. (2025). Uchni pokolinnia Alfa: spetsyfika navchannia v umovakh shkoly i stupenia [Alpha generation students: specifics of learning in school and grade conditions]. *Innovatsii v doshkilnii i pochatkovii osviti – Innovations in preschool and primary education*, 1(3), 9-20. Retrieved from: <https://vspu.net/idpo/index.php/journal/article/view/87> [in Ukrainian].
2. *Derzhavnyi standart pochatkovoї osvity* [State standard of primary education]. (2018). Approved by the Resolution of the Cabinet of Ministers of Ukraine from 21 February 2018, No. 87.
3. Zhovnych, O. V. (2024). *Systema pidhotovky maibutnix uchyteliv do vprovadzhennia yevropeiskoho dosvidu formuvannia zhyttievyykh navychok v uchniv pochatkovoї shkoly: dysertatsiia na zdobuttia naukovoho stupenia doktora pedahohichnykh nauk za spetsialnistiu 13.00.04 – teoriia i metodyka profesiinoї osvity* [System of training future teachers for the implementation of European experience in the formation of life skills in primary school students: dissertation for the degree of Doctor of Pedagogical Sciences in the specialty 13.00.04 – theory and methodology of professional education]. Kropyvnytskyi: Tsentralnoukrainskyi derzhavnyi universytet imeni Volodymyra Vynnychenka. Retrieved from: <https://surl.li/qaqxlw> [in Ukrainian].
4. Luk'ianchenko, O. M., Vasiutina, T. M., & Kondratiuk, O. M. (2021). Psykholoho-pedahohichni aspekty formuvannia «soft skills» u molodshykh shkoliariv v protsesi hry [Psychological and pedagogical aspects of the formation of «soft skills» in younger schoolchildren during the game]. *Pedagogy and psychology in the modern world: interaction vectors : materialy International scientific and practical conference : zbirnyk tez*. Wloclawek: «Baltija Publishing», 23-27. Retrieved from: <http://baltijapublishing.lv/omp/index.php/bp/catalog/view/134/3859/8097-1> [in Ukrainian].
5. Maksymenko, S. D., & Kondratenko, L. O. (2020). *Navchalni ta povedinkovi problemy uchniv pochatkovoї shkoly: kortkyi psykholohichni dovidnyk-poradnyk pedahoha* [Educational and behavioral problems of primary school students: a short psychological guide-advisor for a teacher]. Kharkiv: Ranok. [in Ukrainian].
6. Pasichnyk, O. (2023). *Pereosmyslennia vikovykh psykholohichnykh osoblyvostei uchniv 7-9 klasiv ta yikh vplyv na ovobodinnia inozemnoiu movoiu* [Rethinking the age-related psychological

- characteristics of students in grades 7-9 and their influence on mastering a foreign language]. *Ukrainskyi pedahohichnyi zhurnal – Ukrainian Pedagogical Journal*, 4, 115-130. Retrieved from: <https://uej.undip.org.ua/index.php/journal/article/view/711/796>. [in Ukrainian].
7. Petruk, O. (2024). Osoblyvosti suchasnykh molodshykh shkoliariv: oriientyry dlia navchalnoi vzaiemodii [Peculiarities of modern junior schoolchildren: guidelines for educational interaction]. *Ukrainskyi pedahohichnyi zhurnal – Ukrainian Pedagogical Journal*, 1, 132-140. Retrieved from: <https://doi.org/10.32405/2411-1317-2024-1-132-140> [in Ukrainian].
 8. McCrindle, M., Fell, A., & Buckerfield, S. (2021). *Generation Alpha: Understanding Our Children and Helping Them Thrive*. Headline.
 9. *Soft skills*: Oxford Learner's Dictionary. Retrieved from : <https://www.oxfordlearnersdictionaries.com/definition/english/softskills?q=soft+%20skills> [in English].
 10. Scrivener, J. (2005). *Learning Teaching: Macmillan Books for Teachers. A Guidebook for English language Teachers*: Macmillan Publishers.

Про авторів

About the Authors

Галина Кіт,

кандидатка педагогічних наук, доцентка,
завідувачка кафедри початкової освіти,
Вінницький державний педагогічний університет
імені Михайла Коцюбинського,
м. Вінниця, Україна
ORCID iD: 0000-0003-2986-9079
halyna.kit@vspu.edu.ua

Halyna Kit,

Candidate of Pedagogical Sciences,
Associate Professor, head of the Department
of Primary Education, Vinnytsia Mykhailo
Kotsiubynskyi State Pedagogical University,
Vinnytsia, Ukraine,
ORCID iD: 0000-0003-2986-9079
halyna.kit@vspu.edu.ua

Світлана Шевченко (Вихованець),

вчителька англійської мови,
спеціалістка вищої кваліфікаційної категорії,
старша вчителька,
Комунальний заклад «Вінницький ліцей № 20», м.
Вінниця, Україна
vykhovanka@gmail.com

Svitlana Shevchenko (Vykhovanets),

English teacher,
Specialist of the highest qualification category,
senior teacher,
Municipal institution «Vinnytsia Lyceum 20»,
Vinnytsia, Ukraine
vykhovanka@gmail.com

Статтю надіслано до редколегії 16.01.2026 р.

Статтю рекомендовано до друку 22.05.2026 р.

Статтю опубліковано 31.05.2026 р.